

献立表

現 場:サンホームふぐみ  
期 間:2019/4/1~2019/4/15

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝食		御飯 高野豆腐合め煮 そばろ 味噌汁(シメジ、玉葱)	御飯 ツナと大根の旨煮 青滝苔納豆 味噌汁(葱、豆腐)	御飯 きのこ野菜の煮物 桜ごんぶ 味噌汁(小松菜、麩)	御飯 ブロッコリーとへーコンの煮物 ミニオムレツ 味噌汁(トロコフ、ジャガイモ)	御飯 五目きんぴら オクラ納豆 味噌汁(玉葱、ワカメ)	御飯 アサヒと小松菜の煮物 ウインナー 味噌汁(里芋、葱)
昼食		かけうどん ふんわり天 胡麻豆腐 ブロッコリー和え物	豆ごはん 鰯の照り焼き 車麩と茄子の煮物 ポテトサラダ みかん 味噌汁(油揚げ、かぶ)	御飯 親子煮 春野菜のサラダ うぐいす豆 フルーツヨーグルト 味噌汁(大根、アサリ)	御飯 麻婆春雨 キャベツとササミの和え物 かに焼売 キウイとモモ にらのスープ	御飯 いどよりの野菜あん ブロッコリーの炒め 春野菜の即席漬け バナナ 豆腐のスープ	山菜そば 玉子の袋煮 白和え
夕食		麦入り御飯 サバの味噌煮 三色ビーマン炒め 長芋とろろ	御飯 豚豚 菜花の和え物 ザーサイ	御飯 茄子豚肉ビーマン味噌炒め さつまも甘煮 野菜の和風和え	ひき御飯 肉じゃが ミニ豆腐 ほうれん草のごま和え	御飯 鶏唐揚げ 青梗菜の煮びたし トマトサラダ	麦入り御飯 豚肉と野菜の炒め煮 春雨のマヨネーズサラダ めかぶとろろ
3時		喫茶室ポピー	飲み物	選べるおやつ	きんつば	お好み焼き	胡麻豆腐黒蜜がけ
	7	8	9	10	11	12	13
朝食		御飯 ソーセージと野菜の煮物 玉子焼き 味噌汁(大根、キャベツ)	御飯 切干大根の炒め煮 葱納豆 味噌汁(豆腐、わかめ)	御飯 ひき五目煮 玉子焼き 味噌汁(葱、エノキ)	御飯 五目豆 ししゃも甘露煮 味噌汁(油揚げ、玉葱)	御飯 ビーマンとソーセージの炒め煮 納豆山かけ 味噌汁(トロコフ、大根)	御飯 野菜のコンソメ煮 ミートオムレツ 味噌汁(豆腐、葱)
昼食		ハヤシライス ブロッコリーとえびのサラダ レタスとワカメのスープ	御飯 ポテトコロケ 筈と肉団子の煮物 漬物(たくあん) りんご 菜花のスープ	御飯 白身魚のムニエル カリフラワーのサラダ ミニオムレツ フルーツポンチ きのこのスープ	御飯 豚肉と玉葱の炒め 薩摩芋の小豆煮 漬物(桜漬) いちご ホウレンソウとシメジの澄汁	御飯 豆腐ハンバーグ マッシュポテト 菜の花とトマトのサラダ バナナ 味噌汁(なめこ、ふ)	御飯 鯖のおろしソースがけ ふき土佐煮 胡瓜とワカメの和え物 みかん 豆腐と玉子のスープ
夕食		御飯 鮭の蒸し焼き 小松菜の炒め 南瓜の煮物	御飯 豚肉のオロシソースがけ マカロニサラダ のり佃煮	御飯 鶏肉のクリーム煮 ホウレンソウのビーナツ和え トマト	御飯 海老と豆腐のチリソース 春雨の中華和え 野菜焼売	御飯 鶏肉と野菜の煮物 玉子とろふ キャベツの和え物	御飯 豚肉と青梗菜の中華炒め 厚揚げ甘辛煮 野沢菜漬け
3時		薩摩芋と林檎甘煮	喫茶室ポピー	飲み物	選べるおやつ	洋菓子	煎餅
	14	15					
朝食		御飯 4色きんぴら イワシ生姜煮 味噌汁(シメジ、玉葱)	御飯 高野豆腐と里芋の煮物 ウインナー 味噌汁(大根、ナメ)				
昼食		かけうどん えびしんじょう カニカマと大根のサラダ 温泉たまご	御飯 白身魚のあんかけ きんぴらごぼう 小松菜からし和え キウイとモモ 味噌汁(あさり、豆腐)				
夕食		御飯 どんかつ ごぼうとハンパンの煮物 菜の花のサラダ	御飯 鶏つくね ツナとジャガイモの煮物 オクラとトマトのサラダ				

3 時	フルーツヨーグルト	喫茶室ホビー					
--------	-----------	--------	--	--	--	--	--